

HORES CONCERTADES

93 733 90 79  
655 61 55 64



Blasco de Garay, 116 baixos  
08224 Terrassa. Barcelona  
Tel. 93 733 90 79

C E N T R E



FISIOTERAPIA



Dirigit per:  
**Begoña Duarte Laguna**  
Col. núm. 1.897  
**Laia Vazquez Marçet**  
Col. núm. 3.725

FISIOTERÀPIA

SÒL PÈLVIC

GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIOPRESSIVA

PREPARACIÓ AL NAIXEMENT

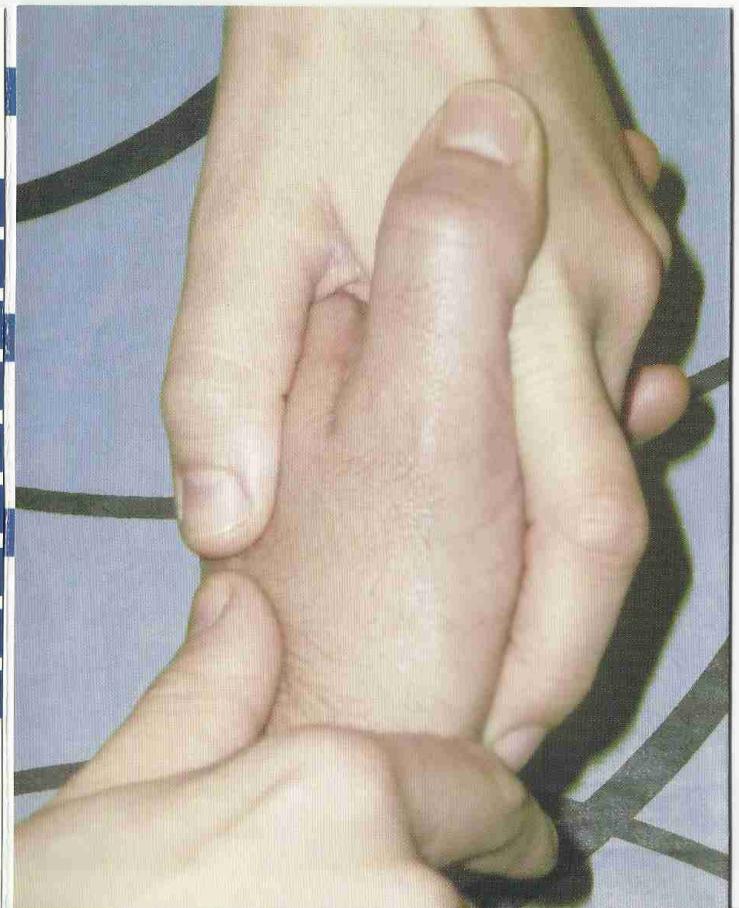
POSTPART

PEDIATRIA

ESCOLA D'ESQUENA

TECNIQUES DE RELAXACIÓ

DOMICILIÀRIA



## FISIOTERÀPIA

**Tractaments de columna:** cervicàlgies, lumbàlgies, fuetades cervicals, mals de cap, escoliosi....

### Traumatologia:

- Recuperació de lesions
- Tractament de dolors aguts i crònics
- Tractament de tendinitis, esquinços, ruptures fibril·lars...
- Postcirurgies.

### Tractaments amb cadenes musculars:

Aquest mètode té com a objectiu mantenir o retornar l'equilibri estàtic i dinàmic als nostres pacients. Es tracta de relaxar les tensions musculars, articulars, viscerals i/o cranials que són les que provoquen les disfuncions, deformacions... del nostre cos.

**Reumatologia:** tractament de dolors crònics (artrosi, artritis, osteoporosi...)

**Vasculars:** drenatge limfàtic manual.

## SÒL PÈLVIC

Conjunt de músculs que sostenen la part baixa de l'abdomen. La debilitació d'aquests músculs pot provocar, a curt o llarg termini:

- Incontinència urinària
- Prolapses
- Disfuncions sexuals
- Patologies coloproctològiques

### Factors que provoquen debilitat:

- Embaràs i part
- Mala recuperació postpart
- Edat i menopausa
- Pràctiques esportives
- Factors hereditaris
- Mals hàbits quotidians.
- Altres....

### Tècniques utilitzades:

- Gimnàstica abdominal hipopressiva
- Electroestimulació
- Massoteràpia
- Exercicis proprioceptius
- Correcció dels hàbits quotidians.

Els tractaments són individuals i personalitzats.

## GIMNÀSTICA ABDOMINAL HIOPRESSIVA

Teràpia en grup on s'ensenyen una sèrie d'exercicis hipopressius. Es basen en tècniques posturals que provoquen una disminució de la pressió intraabdominal i un reforç del sòl pèlvic i muscul abdominal.

Indicats tant per reeducació del terra pèlvic com per la correcció postural.

## PREPARACIÓ AL NAIXEMENT

Sessions en grups de pares i mares per conèixer la mecànica del part, exercicis de facilitar la dilatació i per disminuir el dolor, massatge per evitar la episiotomia i poder encarar el part de manera més positiva i natural possible.

## POSTPART

Recuperar el sòl pèlvic després del part i millorar la zona abdominal.

També us ensenyarem a fer el massatge infantil.

## PEDIATRIA

Fisioteràpia respiratòria amb tècniques de drenatge de secrecions.

Tractaments a diferents transtorns infantils.

Tractaments a plagiocefalies i cervicalgias congènites.

## ESCOLA D'ESQUENA

Tractament de l'escoliosi

Teràpia en grups de gimnàstica postural terapèutica.

## TECNIQUES DE RELAXACIÓ

Amb problemes del son, estrès, alteracions de la conducta...

## DOMICILIÀRIA

Tractaments a domicili per a pacients amb dificultat de moviment.